



UnB

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DESAFIOS METODOLÓGICOS NO ENSINO EM UMA ESCOLA DE BASQUETEBOL EM BRASÍLIA

Rodolpho de Novaes Salomão

Brasília – DF

2018

Rodolpho de Novaes Salomão

DESAFIOS METODOLÓGICOS NO ENSINO EM UMA ESCOLA DE BASQUETEBOL EM BRASÍLIA

Trabalho de conclusão de curso
apresentado como requisito final
para obtenção do título de Bacharel
em Educação Física pela Faculdade
de Educação Física da Universidade
de Brasília.

ORIENTADOR: Prof. Dr. Alexandre Jackson Chan Vianna

Brasília

2018

Rodolpho de Novaes Salomão

DESAFIOS METODOLÓGICOS NO ENSINO EM UMA ESCOLA DE BASQUETEBOL EM BRASÍLIA

Apresentado o trabalho

Banca examinadora

Prof. Dr. Alexandre Jackson Chan Vianna
(Orientador)

Prof. Dr. Américo Pierangeli Costa

Prof. Dr. Alexandre Luiz Gonçalves de Rezende

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a minha família por todo apoio e incentivo. Ao professor orientador deste trabalho Alexandre Jackson pelo suporte, por suas correções e incentivos, que me apoiou até o final apesar das dificuldades. Aos professores da Faculdade de Educação Física da UnB que juntos facilitaram a aprendizagem necessária para a formação acadêmica assim como para a continuidade do avanço da ciência. Aos amigos Juliane Alves e Dágon Ribeiro pelas dicas e apoio. À instituição (UnB) pelo ambiente criativo e amigável que proporciona. À Escola de Basquete Bola na Cesta (nome fictício para assegurar o anonimato) por ter aberto as portas e acolhido a pesquisa.

À todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

RESUMO

O trabalho envolve a área de metodologia de ensino de basquetebol e teve como amostra a Escola de Basquete Bola na Cesta (BC) em Brasília/DF. O estudo investigou a organização da escola buscando compreender os desafios no ensino de basquetebol para aplicar um programa esportivo de longo prazo. Trata-se de uma pesquisa exploratória de caráter etnográfico com abordagem qualitativa que tem como delineamento estudo de caso. Os instrumentos de coleta de dados usados na investigação foram: observação, diário de campo e análise documental. Durante um ano foram observadas as aulas e treinos de turmas de fundamento e de treinamento (alto rendimento) com alunos entre as faixas etárias de 11 a 17 anos. Neste período os agentes envolvidos no funcionamento da escola foram entrevistados. Concomitantemente foi realizada análise do Programa Metodológico da BC, e também revisão de literatura a respeito da formação desportiva a longo prazo. Todas essas informações foram comparadas e discutidas em prol da melhoria do ensino e prática do basquetebol na BC e no Brasil. Em revisão de literatura foi constatado que o modelo mais avançado e ideal para a realidade da BC é o Modelo Canadense de Desenvolvimento de Atletas a Longo Prazo (Long Term Athlete Development -LTAD). Segundo observação a escola está seguindo no caminho certo tendo como diretriz o LTAD, apesar da dificuldade com a recepção e adaptação de alunos que entram na turma no meio do processo, foram constatados dois pontos principais que podem ser mudados, promovendo melhora no processo de ensino: 1) Oferta de turmas de fundamento (abaixo de 7 anos de idade) e turma adulto (acima de 17 anos) com foco em alto rendimento para que seja possível a formação a longo prazo para todos os alunos com diversos objetivos no basquetebol. 2) Alinhamento entre os professores facilita a adaptação dos alunos aos novos professores, turmas e conteúdos, diminuindo assim a evasão, para isso excelência na comunicação e compartilhamento de experiências e “feedbacks” são essenciais.

Palavras-chave: formação esportiva, metodologia de ensino, basquetebol.

ABSTRACT

The work involves the area of methodology of basketball education and had as sample the School of Basketball Bola na Cesta (BC) in Brasília / DF. The study investigated the organization of the school seeking to understand the challenges in basketball education to apply a long-term sports program. This is an exploratory study of ethnographic character with a qualitative approach that has as its study a case study. The instruments of data collection used in the research were: observation, field diary and documentary analysis. During one year, classes and trainings of foundation and training classes (high performance) were observed with students between the ages of 11 and 17 years. During this period, the agents involved in the operation of the school were interviewed. At the same time an analysis of the BC Methodological Program was carried out, as well as a review of the literature on long-term sports training. All this information was compared and discussed in favor of improving the teaching and practice of basketball in BC and in Brazil. In literature review it was found that the most advanced and ideal model for the reality of BC is the Longterm Athlete Development Canadian Model (LTAD). According to the observation, the school is on the right track with LTAD as a guideline, despite the difficulty with receiving and adapting students who enter the class in the middle of the process, two main points that can be changed, promoting improvement in the teaching process : 1) Offer of foundation classes (below 7 years of age) and adult group (over 17 years old) focused on high performance so that long-term training is possible for all students with various goals in basketball. 2) Alignment between teachers facilitates the adaptation of students to new teachers, classes and content, thus reducing avoidance, for this excellence in communication and sharing of experiences and feedbacks are essential.

Keywords: sports training, teaching methodology, basketball.

SUMÁRIO

RESUMO	5
ABSTRACT	6
INTRODUÇÃO	9
Objetivos	14
Específicos:.....	14
METODOLOGIA.....	14
Procedimentos	15
REVISÃO DE LITERATURA	15
Fases de formação do atleta.....	22
ANÁLISE DE DADOS: RESULTADOS E DISCUSSÃO	28
Dificuldades encontradas.....	29
CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
REFERÊNCIAS.....	34

INTRODUÇÃO

Segundo Balbino (2001), jogos esportivos coletivos, como o Basquetebol, permitem a quem os pratica desenvolver espírito coletivo, disciplina gerada pela aceitação das regras e elaboração de recursos internos para resolver dificuldades e analisar as situações que levam ao desenvolvimento de raciocínio.

Cumpra aos jogos desportivos coletivos contribuírem para a concretização dos objetivos definidos pela Educação Física e Desporto. Para atingi-los, torna-se imprescindível um ensino adequado, não obstante as dificuldades acerca do desenvolvimento metodológico da respectiva formação técnica e tática (KONZAG, 1985).

As escolas de formação se deparam com desafios diários para solucionar os problemas de ensino do esporte. Como exemplo, a escola de basquete Bola na Cesta (BC) - nome fictício empregado aqui para assegurar o anonimato da empresa - em Brasília que, assim como outras escolas, lida diariamente com desafios metodológicos. Diante disto, adaptações e mudanças no programa metodológico são necessárias para atingir o objetivo de jogar basquetebol com o melhor rendimento possível.

Escola Bola na Cesta

A escola de basquete Bola na Cesta (BC) é instituição nascida do sonho de em jogador de basquete de difundir e democratizar o esporte. Segundo o plano metodológico da escola sua missão é formar praticantes de basquetebol que dominem, dentro de suas possibilidades, a prática integral do esporte, formando assim além de possíveis jogadores, entusiastas e amantes do basquetebol.

A instituição preza pela formação plena do aluno, pela internalização de valores como cooperação, respeito, responsabilidade, dedicação e compromisso, a escola parte da premissa de que o basquetebol pode desenvolver, além de fundamentos técnicos, táticos e físicos (que proporcionam desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos), valores éticos, promovendo assim melhor interação dos alunos, não apenas entre eles próprios, mas também com toda sociedade em sua vida fora das quadras.

Neste caminho a escola apresenta como objetivo a formação de jogadores de alto rendimento socialmente responsáveis, mas sem deixar de proporcionar a vivência coletiva para todos atletas que possivelmente não alcancem o profissionalismo.

A BC oferece ensino para pessoas de ambos os sexos, de todas as faixas etárias acima de 7 (sete) anos, em turmas mistas. No entanto, a maior parte das turmas é composta unicamente por alunos do sexo masculino. As turmas são divididas em três frentes de trabalho distintos:

- Equipes de treinamento (alto rendimento)
- Turmas de regulares (fundamentos)
- Turma de adulto (saúde e qualidade de vida, condicionamento físico)

O basquetebol de base nesta instituição é dividido em duas frentes já citadas, turmas regulares e equipes de treinamento.

As etapas de aprendizagem das turmas regulares são divididas por faixas etárias, sendo múltiplas vivências motoras direcionadas aos alunos de 7 a 10 anos de idade. Iniciação à prática do basquetebol direcionada aos alunos de 11 a 13 anos. Por fim vivência da prática do basquetebol direcionada aos alunos de 14 a 17 anos. Já as etapas de aprendizagem das turmas de treinamento começam por aperfeiçoamento da prática do basquetebol para alunos de 14 a 15 anos, especialização da prática do basquetebol para alunos de 16 e 17 anos, e por fim desenvolvimento para o basquetebol profissional para alunos de 18 e 19 anos.

As turmas de adultos são voltadas para a melhoria da saúde e qualidade de vida por meio do basquetebol.

Os métodos de ensino-aprendizagem utilizados nas aulas se resumem em método global e método analítico. O método global ou “do todo” consiste na utilização de toda complexidade e dinâmica do conteúdo a ser aprendido (CORRÊA *et al.*, 2004). Sua aplicação se dá através do jogo propriamente dito (CORRÊA *et al.*, 2004). O ponto de partida é a equipe, que aprende a jogar através do deixar jogar (OLIVEIRA; NOGUEIRA; GONZÁLEZ, 2010). O método analítico ou “das partes” é caracterizado pela aprendizagem do jogo através de técnicas básicas e formas analíticas executadas sem presença de adversário ou oposição, ou seja, as técnicas são fragmentadas e o processo de ensino-aprendizado se desenvolve em sequência, do simples para o complexo, buscando alcançar a técnica ideal (CORRÊA *et al.*, 2004).

Formação Desportiva em Longo Prazo

Nas últimas décadas, diversos autores têm procurado compreender as razões que permitem o alcance de elevados níveis de desempenho no desporto, como Davids e Baker (2007), Starkes (2003), Williams e Ford (2008), Baharloo (2000) e outros. Neste domínio, a investigação realizada tem sido dominada pelo célebre debate nature-nurture, onde as opiniões se dividem entre a importância dos fatores genéticos (DAVIDS; BAKER, 2007) ou ambientais (PHILLIPS et al., 2010) para o alcance da excelência. Desde então, se mantém um debate científico aceso sobressaindo posições antagônicas sobre as razões que explicam o desempenho humano de excelência. Enquanto que uns investigadores defendem o papel da componente genética no alcance de elevados níveis de rendimento (BAHARLOO; SERVICE; RISCH, 2000), outros sugerem que este processo resulta da aprendizagem e consequente desenvolvimento advindos das constantes interações com o contexto onde os sujeitos se encontram inseridos (CÔTÉ; BAKER; ABERNETHY, 2003, ERICSSON; KRAMPE; TESCH-ROMER, 1993). Embora diversos investigadores tenham recentemente proclamado a necessidade de uma visão multifatorial e integradora destas variáveis (PHILLIPS, et al., 2010), os fatores relacionados com o envolvimento desportivo, como quantidade e tipo de prática, tem preenchido grande parte da agenda da investigação na área das Ciências do Desporto (BAKER et al., 2005; BERRY et al, 2008; FORD et al 2009).

A investigação empírica tem claramente demonstrado a importância dos fatores de treino enquanto poderosas influências no desenvolvimento do atleta e, consequentemente, da excelência no desporto (BERRY; ABERNETHY; CÔTÉ, 2008). A este respeito, o estudo desenvolvido por Ericsson, Krampe e Tesch-Romer (1993) é uma referência central para os estudos que adotaram uma perspectiva de foco na análise dos fatores ambientais na compreensão de rendimentos superiores no desporto. Através de um estudo desenvolvido com pianistas e violinistas, Ericsson, Krampe e Tesch-Romer (1993) sugerem que o alcance de elevados níveis de performance é o resultado de pelo menos 10 (dez) anos ou 10000 (dez mil) horas de prática altamente estruturada, intensiva e específica, identificado pelos autores como prática deliberada. Deste estudo emergiu a conceituada teoria da Prática Deliberada que possui como pressuposto central a existência de uma forte relação entre o número de horas de prática deliberada e o nível de performance alcançado, sugerindo, assim, que a probabilidade de um indivíduo alcançar a expertise aumenta quando mais cedo iniciar o seu investimento neste tipo de

prática (i.e. especialização precoce). Embora originalmente desenvolvida em pesquisas centradas na música, diversos autores têm testado e sugerido a sua aplicabilidade no desporto como Ericsson (1993) e Helsen (2000). De fato, as evidências empíricas sugerem que a quantidade e o tipo de prática constituem fatores que balizam o desenvolvimento do atleta e norteiam o alcance de elevados níveis de rendimento (MEMMERT; BAKER; BERTSCH, 2010).

Apesar da importância da teoria da Prática Deliberada, nem todos os seus pressupostos foram observados no contexto desportivo (BERRY *et al.*, 2008). Um conjunto considerável de evidências empíricas (e.g. Barreiros *et al.*, 2013) têm demonstrado que a vivência de uma prática desportiva inicial diversificada, caracterizada por participação em diversos desportos, permitem alcançar patamares elevados de rendimento, sugerindo que este percurso de formação do atleta não limita o alcance da expertise no desporto e pode, inclusive, revelar-se benéfico para o desenvolvimento desportivo a longo prazo do atleta (Côté *et al.*, 2012).

Constatando a possibilidade da existência de diversos percursos para o alcance da expertise, Côté e colaboradores (2007) propõem o Modelo Desenvolvimentista de Participação Desportiva (MDPD). Este modelo vem sendo desenvolvido e aprimorado na última década, constituindo-se a conceptualização mais proeminente na literatura da especialidade (BRUNER *et al.*, 2010). O respetivo assenta no postulado de promover não só a performance, mas igualmente uma participação desportiva sustentada e um desenvolvimento pessoal favorável, sugerindo, assim, a existência de três percursos possíveis na carreira do atleta: (1) a participação recreativa através de uma diversificação desportiva inicial e jogo deliberado; (2) alcance da expertise através da diversificação desportiva inicial e jogo deliberado; e (3) alcance da expertise com base na especialização precoce e na prática deliberada.

No que se refere à investigação empírica realizada sobre qual o melhor percurso para o alcance para elevados níveis de rendimento no desporto, as evidências não são unânimes. De fato, diversos estudos têm demonstrado que tanto uma diversificação desportiva inicial como uma especialização precoce são trajetórias possíveis para o alcance de rendimentos superiores neste contexto (FORD *et al.*, 2009). No entanto, os investigadores sugerem que o percurso caracterizado pela especialização precoce é

maioritariamente observado em desportos onde o pico de performance ocorre precocemente, por exemplo ginástica artística (LAW *et al.*, 2007), enquanto que o percurso constituído por uma diversificação desportiva inicial é comum em desportos onde o pico de performance ocorre tardiamente, tais como nas modalidades esportivas coletivas (BERRY *et al.*, 2008).

Em defesa do desenvolvimento atlético de longo prazo, McCormick (2006) ressalta a importância de dar o estímulo com foco adequado à idade e fase de aprendizado do atleta, criticando treinadores que dão muita ênfase à tática em categorias de base.

Balyi e Hamilton (2003) concluem que são necessários oito a doze anos de treinamento para um talentoso jogador / atleta chegar aos níveis de elite. Isso é chamado de regra de dez anos ou 10000 horas, que reforça a tese de que o desenvolvimento esportivo adequado deve ocorrer ao longo prazo.

Long Term Athlete Development (LTAD)

Criado em 1995, o modelo Long Term Athlete Development (LTAD) conhecido em português como modelo de Desenvolvimento de Atleta a Longo Prazo (DALP) estabelece as diretrizes para uma formação de excelência, contendo orientações de ensino, competição e recuperação para cada estágio de desenvolvimento atlético.

Tendo sua última versão (2.0) publicada em 2008, segundo consta o modelo LTAD foi desenvolvido com base na pesquisa de especialistas canadenses. Os princípios desta pesquisa foram adotados por vários países e organizações como as bases para uma boa gestão do crescimento juvenil e adolescente (e processos de desenvolvimento associados), tendo claramente identificados os períodos críticos de adaptação acelerada ao treino.

O Modelo de Desenvolvimento de Atleta de Longo Prazo do Basquete do Canadá (LTAD) é baseado no Canadian Sport for Life (CS4L), desenvolvido por líderes mundiais canadenses nas áreas de desenvolvimento infantil e esportivo. O Modelo LTAD é centrado no atleta, orientado pelo treinador e administração, ciência do esporte e parceiros apoiados. O modelo integra elite (profissional), comunidade, esporte escolar, educação física, atletas com deficiência e a saúde geral da nação.

A LTAD é uma estrutura de treinamento, competição e recuperação para atletas em todas as fases da vida. Concentra-se no quadro geral do desenvolvimento do atleta,

com referência especial ao crescimento, amadurecimento e desenvolvimento físico e mental.

Partindo da premissa de que o basquetebol é um esporte de especialização tardia, e que deve haver um alinhamento entre o programa metodológico da instituição de ensino, a literatura (tendo como referência o modelo LTAD) e a prática realizada, torna-se necessário entender quais são os desafios de ensino na Escola de Basquetebol Bola na Cesta para aplicar um programa de formação desportiva de longo prazo.

Objetivos

Geral: Compreender os desafios de ensino de uma escola de formação de basquetebol para aplicar um programa de formação desportiva de longo prazo.

Específicos:

- Analisar o cotidiano das aulas e a organização pedagógica da BC para compreender a dinâmica do processo de formação adotado.
- Analisar os documentos de orientação do trabalho pedagógico da BC para compreender a proposta da instituição.
- Identificar os desafios metodológicos enfrentados pelos profissionais da BC e categorizá-los de acordo com sua natureza.
- Identificar referencial teórico atual sobre proposta metodológica de longo prazo para comparar analiticamente com os dados de campo adquiridos.

METODOLOGIA

Esta pesquisa trata-se de um estudo de caso feito em uma escola de formação de basquetebol de Brasília.

Estudo de caso é, segundo Chizzotti (1995), uma caracterização abrangente para designar uma diversidade de pesquisas que coletam e registram dados de um caso particular ou de vários casos a fim de organizar um relatório ordenado e crítico de uma experiência, ou avaliá-la analiticamente, objetivando tomar decisões a seu respeito ou propor uma ação transformadora.

Nesse sentido, população e amostra nos estudos de caso são o mesmo: agentes atuantes no processo de ensino da escola. Como se trata de estudo de fenômeno real, com sujeitos reais, o número de integrantes em cada instrumento de coleta de dados

pode modificar. Neste estudo a amostra é representada pela escola envolvendo todas as pessoas que fazem parte da organização da mesma, sendo então não-probabilística por conveniência. Trata-se de uma entidade que, através de aulas, treinos e competições, visa formar jogadores e jogadoras socialmente responsáveis, mas sem deixar de proporcionar a vivência coletiva para todos atletas que não almejem ou não alcancem o profissionalismo. As turmas são mistas divididas por nível de rendimento e faixa etária. Os níveis de rendimento são dois, fundamento (para atletas que estão aprendendo os fundamentos) e treinamento (para atletas que treinam visando alto rendimento). Já as faixas etárias são divididas a partir de 7 anos de idade, sendo as turmas de fundamento separadas em 3 faixas etárias: de 7 a 10 anos, 11 a 13 e 14 a 17 anos. As turmas de treinamento são divididas em 4 faixas etárias: sub 13, sub 14, sub 15 e sub 17. Por fim temos a turma de condicionamento físico para adultos, que atende tanto atletas que estão em fase de desenvolver fundamentos quanto atletas que treinam visando alto rendimento.

Procedimentos

Inicialmente foi analisado o programa metodológico da escola. Foram observadas as aulas de fundamento para jovens de 11 a 13 anos e 14 a 17 anos e também as aulas de treinamento com foco no alto rendimento para atletas de 13 a 17 anos, onde anotações foram feitas no diário de campo. Foram realizadas entrevistas com os professores e gestores da escola, também registradas em diário de campo. Além disso, foi realizado estudo bibliográfico a respeito do que há de mais avançado e atual em metodologias de ensino de basquetebol para formação de longo prazo. Estas informações foram comparadas ao programa metodológico e aos dados observados e anotados relativos à ministração das aulas e à metodologia aplicada.

REVISÃO DE LITERATURA

A literatura mais atual a respeito de metodologia de ensino de basquetebol aponta para o conjunto de estudos que resultou no mundialmente reconhecido modelo de desenvolvimento de atletas a longo prazo (LTAD) do Canadá.

O objetivo geral do modelo LTAD é duplo:

- 1- Permitir que os participantes encontrem diversão, condicionamento físico, interação social e auto realização através de um ambiente esportivo com tudo incluído.

- 2- Desenvolver caminhos competitivos que sejam adequados ao desenvolvimento e levar os jogadores aos níveis mais altos possíveis de realização.

Para isso, o modelo orienta que o indivíduo ou organização que realiza a programação do ensino de basquete avalie suas ações e decisões com base nestes conceitos da LTAD:

1. Os Fundamentos. Todos os participantes precisam aprender habilidades de movimento nos estágios apropriados de desenvolvimento. O sistema nervoso se desenvolve rapidamente em crianças, habilidades de movimento exigem que o sistema nervoso esteja ativo neste momento. Esses incluem o ABC de agilidade, equilíbrio, coordenação e velocidade.

Se as crianças não aprenderem isso no momento apropriado em seu desenvolvimento, elas podem não alcançar seus potenciais máximos no futuro.

A alfabetização física é o desenvolvimento de habilidades de movimento e habilidades esportivas fundamentais que permitem uma criança se movimentar com confiança e com controle. A alfabetização física também inclui a capacidade de "ler" o que está acontecendo ao redor deles em uma atividade e reagir adequadamente a esses eventos.

2. Especialização. Especialização precoce em um esporte de especialização-tardia, como basquete, leva a:

- Preparação unilateral do desporto;
- Falta das habilidades básicas fundamentais do movimento;
- Lesões por uso excessivo;
- Esgotamento precoce;
- Retirada antecipada de treinamento e competição e, muitas vezes, afastar-se da atividade física.

Especialização não é apenas o conceito de especialização em um esporte; é também especialização dentro do esporte.

O basquete tem forçado continuamente o jogador alto a jogar no "pivô". Muitas vezes isso significa que o adolescente não teve permissão para usar todas as habilidades necessárias para jogar o jogo.

3. Idade do Desenvolvimento. Devemos reconhecer que nem todas as crianças crescem e amadurecem na mesma velocidade e proporção. As mulheres também

amadurecem mais rápido do que os homens, em média. Existe uma tendência para aplicar modelos adultos de esporte em crianças. Demasiadas vezes é o atleta de maturação precoce que compõe equipes de elite durante a puberdade. Isto é frequentemente baseado no fato que o atleta precoce é mais agressivo e pode fisicamente dominar os outros jogadores. Pesquisa embasadora do LTAD mostrou que muitas vezes os filhos que amadurecem tardiamente tornam-se os atletas superiores, uma vez que eles têm mais tempo para desenvolver as habilidades fundamentais de movimento e habilidades esportivas fundamentais. Por outro lado o atleta que amadurece cedo, que depende de agressão e força, muitas vezes não aprende as habilidades em uma idade mais jovem, e então não desenvolve as habilidades de enfrentamento necessárias para compor esporte de elite. Ligas e associações que usam a idade cronológica para datas de corte, geram um viés natural para jogadores nascidos antes da data de corte. Se a data de corte for 1º de janeiro os jogadores nascidos em dezembro são considerados muito jovens e, portanto, muitas vezes não são selecionados. Estatísticas de muitos esportes mostram esse viés em sua participação. Há uma grande preocupação com a taxa de desistência de mulheres do esporte no início da adolescência.

4. Treinabilidade. A maioria dos treinadores em todo o mundo atualmente projeta modelos de treinamento de atletas de longa e curta duração, como programas de competição e recuperação baseados em idade cronológica dos atletas. No entanto, a pesquisa embasadora do LTAD mostrou que a idade cronológica é uma base pobre para ser utilizado em formação de atletas, uma vez que o músculo esquelético e o desenvolvimento emocional de atletas entre as idades de 8 e 16 podem variar muito dentro de qualquer categoria de idade. Sobrepondo uma versão reduzida do treinamento de atletas e modelos de competição projetados para adultos não é uma boa alternativa. Idealmente, os treinadores seriam capazes de determinar idade biológica de seus atletas e usar essa informação como a base para modelos de desenvolvimento de atletas. Infelizmente, não há nenhum procedimento confiável não invasivo para identificar a idade biológica. Então, o que pode ser feito para solucionar esta situação? Uma solução prática é usar o início do crescimento ou pico velocidade de crescimento (PHV) como ponto de referência para o desenho de programas individuais ótimos com relação a períodos

sensíveis de treinabilidade. Pico de crescimento (PHV) é a idade em que a taxa de crescimento é o mais rápido.

5. Desenvolvimento Físico, Mental e Emocional. Mais do que apenas a aptidão e as habilidades do jogo precisam ser desenvolvidas. Todas as áreas de desenvolvimento de um atleta devem ser incluídas em programas esportivos. Treinamento, competição e programas de recuperação devem considerar os problemas mentais, cognitivos e desenvolvimento emocional de cada atleta. Tomada de decisão é um ponto importante. Um objetivo principal da LTAD é uma abordagem holística para o desenvolvimento atlético.

Isso inclui ênfase na ética, “fair play” (jogo justo) e construção de caráter ao longo das várias etapas. A programação deve ser projetada considerando a capacidade cognitiva do atleta de abordar esses conceitos.

6. Periodização. Periodização é gerenciamento de tempo. Ele fornece o quadro para organizar todas as partes do programa de treinamento de um atleta em determinado período. Para que os atletas se desenvolvam, eles precisam planejar seu treinamento de maneira mais científica. Boa periodização fornece um plano que pode ser avaliado no futuro. Esta avaliação ajuda a orientar os planos futuros.

Atualmente, a maioria dos treinadores baseia seus planos em práticas passadas e no cronograma de competição. Mais planos individualizados devem ser desenvolvidos para atletas mesmo em esportes de equipe. Os treinadores precisam mostrar maneiras de maximizar o tempo de treinamento que eles têm com seus atletas.

7. Planejamento de Calendário para Concorrência. Planejar e implementar uma ótima estrutura de competição para todas as etapas é o maior desafio enfrentado esportes coletivos.

A falta de tempo para treinamento e recuperação em detrimento do excesso de competições dificulta o desenvolvimento do atleta.

8. A Regra dos 10 Anos. A pesquisa científica mostrou que é necessário um mínimo de 10 (dez) anos de treinamento para um atleta talentoso alcançar um nível de elite. Uma complicação é que em função desta regra muitas pessoas acreditam que “se eu começo jovem, então estarei melhor antes” tendendo assim a promover especialização precoce na formação do atleta. Porém a maioria dos atletas tem apenas 10 (dez) anos em um

nível de elite. Se você se especializar cedo demais, a probabilidade de permanecer no esporte é diminuída.

9. Alinhamento e Integração do Sistema. Grupos não podem trabalhar isoladamente. Jogadores / atletas não permanecem no mesmo sistema de entrega ao longo de toda a sua experiência no esporte. Jogadores / atletas, treinadores, oficiais e os administradores devem poder mover-se sem um sistema de entrega para o próximo. Um conjunto de regras é o melhor exemplo de alinhar nosso sistema. Os participantes precisam ver caminhos claros para jogadores, treinadores, oficiais e administradores. Precisa haver vários pontos de entrada. Esses caminhos devem estar disponíveis para todos os três fluxos do esporte: a saúde da nação, desenvolver o jogo e competir pela nação.

O alinhamento do sistema também envolve a integração de todos os grupos auxiliares no sistema desportivo. Isso inclui grupos como os cientistas do esporte, treinadores, gerentes, patrocinadores, etc.

10. Melhoria Contínua. Basquete deve continuar a buscar *feedback* e soluções em pesquisas. Para isso é necessária contribuição de todos os parceiros. O basquete tem um plano de ciência do esporte e programa médico (SSMP) e continua a construir Suporte Integrado de Equipes (IST). Estes são grupos de especialistas que fornecem informações para o treinador através de um material frequentemente atualizado.

As decisões do grupo são tomadas para produzir o melhor treinamento possível para os atletas. Ninguém pode ser o especialista em todas as áreas de um esporte. Pesquisadores e treinadores também devem constantemente registrar dados para compartilhar as melhores práticas dentro de nosso esporte e de outros esportes. Mudança é trazida através de melhoria e inovação. Toda mudança deve ser monitorada para avaliar a sua eficácia.

Segundo documento que apresenta as diretrizes deste modelo, nos estágios iniciais do desenvolvimento, a prática deve levar o aluno a desenvolver habilidades que o capacitarão a treinar de forma mais eficaz para seu desenvolvimento. Estes períodos de desenvolvimento representam o tempo em que as crianças estão prontas e capazes de desenvolver habilidades desportivas fundamentais como correr, saltar e lançar. Além disso, nessas fases elas são mais capazes de melhorar a velocidade, agilidade e equilíbrio, habilidades desportivas relacionadas que se revelarão bastante úteis na pista e nas quadras, bem como em outros desportos.

A abordagem multi-estágio empregada pelo modelo LTAD chama a atenção para o período de tempo necessário para desenvolver um atleta de elite. A pesquisa mostrou que é preciso entre 8 e 12 anos de treino para um atleta talentoso para alcançar níveis de elite. Isto foi resumido pelos "10 anos ou regra de 10.000 horas" e equivale a aproximadamente 3 horas de prática em cada dia durante o mínimo de 10 anos. O Comité Olímpico dos EUA (2001) entrevistou os atletas olímpicos americanos de 1988 a 1996 e concluiu ser necessário entre 10 e 13 anos de prática ou treino apenas para fazer parte da equipe olímpica e entre 13 e 15 anos para aqueles atletas que ganharam uma medalha.

Segundo documento orientador da LTAD, o modelo reconhece que cada indivíduo escolhe um caminho diferente em sua busca para encontrar realização pessoal através do jogo. Basquete por natureza é um jogo competitivo. O nível de competição cai na medida em que o foco passa ser diversão através da participação. Proporcionalmente é a idade do participante e seus níveis de habilidade. Em uma idade jovem, é estabelecido que diversão e participação devem ser prioridade máxima. À medida que a idade aumenta, a quantidade de competição pode aumentar apropriadamente. À medida que as habilidades melhoram a concorrência também pode aumentar. É possível, no entanto, chegar a um ponto em que os participantes queiram abandonar situações altamente competitivas para retornar a situações participativas menos competitivas, sem deixar de obter prazer e exercício necessário. Essas oportunidades são cruciais para a saúde do indivíduo e da nação. Permite que pessoas de todas as idades mantenham sua aptidão física e mental, e ajuda a desenvolver valores importantes como cooperação e trabalho em equipe, podendo aliviar muitos dos problemas sociais da sociedade.

Seguindo as etapas do modelo de desenvolvimento do atleta todos os participantes desenvolverão fundamentalmente as habilidades apropriadas à idade necessárias para jogar o jogo. Os participantes poderão então fazer a escolha certa quanto à posição que desejam tomar no cenário competitivo. Existe uma ligeira sobreposição em cada etapa do modelo. A transição de um estágio para o outro é geralmente flexível porque os estágios são baseados em idade de desenvolvimento em vez de idade cronológica.

É muito importante que as pessoas possam iniciar o desenvolvimento em qualquer fase. As adaptações devem ser feitas para pessoas que estão atrasadas ao iniciar no

esporte. Em função da forma como nossa sociedade funciona, a idade biológica de um participante na maioria das vezes determina em qual estágio ele ou ela está entrando. Os treinadores devem estar cientes de que habilidades específicas podem estar faltando em alguém que é novo no esporte, mas com boa orientação isso pode ser facilmente superado. Programas também precisam ser capazes de adaptar com segurança e eficácia as atividades para incluir crianças e adultos com deficiência, proporcionando inclusão.

É importante notar que os estágios *Learn to Train* (Aprender para Treinar) e *Train to Train* (Treinar para Treinar) no modelo são biologicamente embasados. Não se pode mudar esses fatos, não pode se apressar desenvolvimento humano. Os jovens vão amadurecer em vários passos. A pesquisa que embasou o modelo LTAD mostrou que a idade cronológica é uma base pobre para modelos de desenvolvimento musculoesquelético e emocional de atletas entre as idades de 8 e 16 anos, que podem variar muito entre indivíduos diferentes de mesma idade cronológica. O conteúdo da preparação deve ser ajustado aos níveis de desenvolvimento dos jogadores.

Canadian Sport for Life, publicado pelo *Canadian Sport Centers*, afirma que a atividade física deve ser diversão e uma parte necessária da vida diária da criança. Jogo ativo é o meio pelo qual as crianças mais jovens permanecem fisicamente ativas. O basquetebol é um esporte de maturação tardia e, portanto, não é recomendado qualquer jogo formal e adulto organizado no estágio de desenvolvimento *Active Start* (começo ativo). O desenvolvimento geral de um atleta começa por volta dos 6 anos. Durante esses anos quando o atleta tem de 6 a 9 anos, é importante que eles adquiram habilidades fundamentais de movimento. Este estágio é chamado o estágio FUNdamental do processo, e a mensagem subjacente é que as crianças devem se divertir em todas as atividades. Durante esta fase, o atleta começará desenvolver os conhecimentos básicos físicos, afetivos, cognitivos e habilidades psicossociais. Este é o alicerce sobre o qual o potencial pessoal e atlético da criança deve ser baseado. Infelizmente esta é a fase que geralmente é negligenciada, porque é muito comum que treinadores com pouca ou nenhuma experiência sejam responsáveis por ensinar um grupo de crianças. Os treinadores devem estar cientes de que durante cada estágio do desenvolvimento de uma criança, existem períodos de tempo específicos quando certas habilidades de movimento devem ser ensinadas.

O guia LTAD afirma que introduzindo as habilidades de movimento no momento apropriado o treinador garante que o atleta possa atingir seu potencial atlético em alguma data futura, e afirma ainda que ao seguir este modelo, os treinadores serão capazes de atender a esses prazos. Essa experiência deve ser extremamente positiva para a criança. A criança deve ser capaz de perceber o prazer de sucesso nesta idade.

Fases de formação do atleta

Didaticamente o modelo LTAD divide as fases da formação segundo a idade cronológica do atleta:

- Começo ativo (homens e mulheres 0 – 6 anos);
- FUNdamental (homens 6 – 9 anos, mulheres 6 – 8 anos);
- Aprender para treinar (homens 9 – 12 anos, mulheres 8 – 11 anos);
- Treinar para treinar (homens 12 – 16 anos, mulheres 11 – 15 anos);
- Treinar para competir (homens 16 – 23 anos, mulheres 15 – 21 anos);
- Aprender para vencer (homens 19 ou mais anos, 18 ou mais anos);
- Treinar para vencer (homens 25 ou mais anos, 23 ou mais anos);
- Ativo para a vida (qualquer idade).

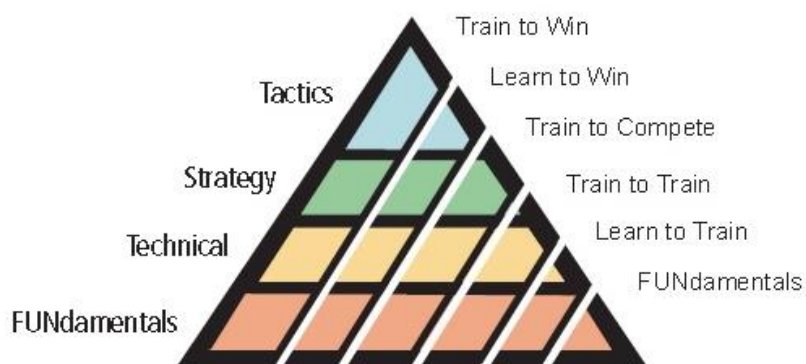


Figura 1 – Pirâmide de progressão de ensino da LTAD (Canadian Basketball Athlete Development Model, 2008)

Começo ativo (homens e mulheres 0 – 6 anos):

O objetivo é aprender movimentos fundamentais e ligá-los em jogo. A atividade física é essencial para o desenvolvimento infantil saudável. De acordo com o documento guia do modelo, entre seus outros benefícios, atividade física também:

- Melhora o desenvolvimento da função cerebral, coordenação, socialização, habilidades motoras grossas, emoções, liderança e imaginação;
- Ajuda as crianças a construir confiança e autoestima positiva;
- Ajuda a construir ossos e músculos fortes, melhora a flexibilidade, desenvolve boa postura e equilíbrio;
- Melhora a firmeza, reduz o estresse e melhora o sono;
- Promove o peso saudável;
- Ajuda as crianças a aprenderem a mover-se habilmente e a gostar de ser ativas.

A atividade física deve ser divertida e parte do cotidiano da criança, não uma obrigação. O jogo ativo é o melhor caminho para que as crianças sejam fisicamente ativas. Crianças com deficiência são incentivadas a participar de atividades físicas atividade e jogo ativo. É importante para o desenvolvimento saudável de crianças com deficiência que eles adquiram hábitos de vida fisicamente ativa.

FUNDamentals (homens 6 – 9 anos, mulheres 6 – 8 anos):

a) 6-7 anos (meninas) e 6-8 anos (meninos) – a ênfase é em jogos divertidos que usam basquete para ensinar movimentos fundamentais e introduzir habilidades básicas do basquetebol.

b) 7-8 anos (meninas) e 8-9 anos (meninos) – jogos adaptados de basquete (1 contra 1, 2 contra 2, 3 contra 3 e 4 contra 4) são utilizado para consolidar movimentos fundamentais e ajuda aquisição dos fundamentos básicos do basquete. Durante esta fase, os blocos básicos de construção em que o jogo é construído estão sendo estabelecidos. Existem duas partes:

1) Movimentos fundamentais - empurrando, puxando, de cócoras, flexão, caminhar, correr. Quando estes movimentos são combinados eles criam capacidades como agilidade, equilíbrio, arremesso, captura, salto, etc. Também é importante que os jogadores possam realizar esses movimentos fundamentais nos três planos do corpo - o frontal, que divide o corpo entre a frente e costas; o sagital, que divide o corpo em direito e esquerda; e o transversal que divide o corpo no topo e embaixo.

2) Fundamentos básicos de basquete - estes incluem postura, trabalho de pés, drible, passando e arremessando. Para isto é importante que os atletas sejam capazes de realizar essas habilidades usando os muitos planos do corpo. A chave fundamental em relação à motivação é o prazer. Os jogadores precisam desenvolver um amor e paixão

pelo jogo. As decisões técnicas baseiam-se em decisões simples: devo passar ou atirar? Devo driblar para a esquerda ou para a direita?

Aprender para treinar (homens 9 – 12 anos, mulheres 8 – 11 anos):

Nesta fase, as habilidades técnicas podem começar a ser enfatizadas. Os fundamentos básicos ainda são importantes já que muitas crianças também usarão essa etapa como entrada nível inicial do aprendizado do basquete. Táticas simples e apropriadas para o desenvolvimento podem ser usadas para permitir que as crianças joguem basquete em equipe. A ênfase está em aplicar as habilidades básicas às situações do jogo. Os jogadores devem tomar decisões sobre quando e como a habilidade deve ser adequadamente aplicada. Habilidades técnicas podem ser individuais ou coletivas. As estratégias básicas evoluem em torno do ataque básico e defesa, com ênfase no espaçamento adequado e compreensão do jogo em equipe. A aptidão é feita através dos jogos. As crianças podem fazer atividades de peso corporal (exemplo flexões, abdominais, agachamentos, etc). O prazer ainda é um grande componente. Simples estabelecimento de metas e habilidades de concentração também são introduzidos.

Treinar para treinar (homens 12 – 16 anos, mulheres 11 – 15 anos):

a) 11-13 anos (meninas) e 12 -14 anos (meninos) - a ênfase ainda está em refinar os fundamentos e consolidar as habilidades técnicas. Aprofundar o que já foi desenvolvido.

b) 13-15 anos (meninas) e 14-16 anos (meninos) - os jogadores devem estar refinando suas habilidades técnicas. Táticas como defesa zona, ataque contra defesa zona e pressão são adicionados durante esta etapa. Perto do final desta fase, estratégias simples podem ser empregadas. Quando várias habilidades técnicas são combinadas para formar um sistema de jogo é criada uma tática.

Estes são conceitos que permitem os jogadores ter múltiplas possibilidades para tomar decisões. As equipes terão táticas para transição, ataque, defesa, etc. Treinamento individualizado é importante para o jogador melhorar.

Treinar para competir (homens 16 – 23 anos, mulheres 15 – 21 anos):

Durante esta fase, os fundamentos básicos devem ser levados ao nível criativo. Os jogadores serão apresentados a muitas habilidades técnicas de nível superior que lhes permitem começar a se especializar. Os jogadores serão expostos à maioria, se não

todas as estratégias do jogo. Quando várias habilidades técnicas são combinadas para formar um sistema de jogo, você criou uma estratégia.

Estas habilidades permitem que os jogadores tenham liberdade para tomar decisões. Equipes terão estratégias para transição, ataque, defesa, etc. Atletas devem começar a ter planos de temporada para condicionamento e motivação. Treinar levando em consideração o calendário de competições. Esta periodização deve ser apropriada ao desenvolvimento e deve incluir treinamento individualizado de qualidade.

Aprender para vencer (homens 19 ou mais anos, 18 ou mais anos):

A ênfase está no refinamento de todas as habilidades técnicas. Habilidades táticas básicas também devem estar neste estágio de refinamento. Muitos devem estar no estágio criativo. Os atletas terão sido introduzidos a todas as estratégias. Quando uma equipe se ajusta ou enfatiza uma estratégia em preparação para um oponente específico, o técnico está aplicando tática.

Os planos da temporada tornam-se muito especializados para cada atleta.

Treinar para vencer (homens 25 ou mais anos, 23 ou mais anos):

Os atletas devem ser capazes de trabalhar em habilidades criativas e de refinamento. A ênfase principal deve estar em táticas e estratégias de alto nível. Atletas precisam de programas muito personalizados. Preparação também precisa começar para a aposentadoria e transição de outras fases da vida dos atletas.

Ativo para a vida (qualquer idade):

A fase de transição do esporte competitivo para atividade física ao longo da vida.

Objetivo: Uma transição suave de atleta competitivo para a atividade física ao longo da vida e participação no esporte.

Os programas de basquete para este público precisam garantir:

- Mude de um esporte para outro. Por exemplo, o jovem de 16 anos jogador de basquete se torna um remador ou a ginasta de 12 anos torna-se um jogador de basquete;
- Mudar do basquetebol competitivo para atividades recreativas como caminhadas e ciclismo;
- Mover-se do basquete competitivo para o voluntariado como treinador, oficial ou administrador;
- Ao se aposentar do basquete competitivo, possa seguir carreira no âmbito esportivo como *coaching*, administração esportiva, empresas comerciais ou mídia;

- Mover-se do basquetebol altamente competitivo para competitividade menos acirrada por meio de competições de grupos etários, como as da categoria master.

Uma experiência positiva no esporte é fundamental para reter atletas depois que eles saem do fluxo competitivo.

Segundo a LTAD esta forma de prática pode ocorrer em qualquer idade.

Tabela 1: Estágios do LTAD adaptado (Balyi e Hamilton, 2010)

Fase	Idade (anos)	Foco	Detalhes
FUNDamentais	5 - 9	Desenvolvimento geral das capacidades físicas e habilidades fundamentais do movimento do atleta.	<ul style="list-style-type: none"> - Prática esportiva diversificada; - Jogos divertidos; - Técnicas corretas e apropriadas à fase são ensinadas a partir do trabalho de agilidades, equilíbrio, coordenação e velocidade; - Introdução das regras e técnicas mais simples do basquetebol usando exercícios que usam somente o peso do próprio corpo do atleta.
Aprender para treinar	8 - 12	Aprender todas as habilidades fundamentais do basquetebol.	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento de habilidade fundamentais de movimento, força e resistência; - Aprender habilidades gerais do esporte; - Continuar desenvolvendo velocidade e conhecimento; - Proporção de treino: 70% treinamento / 30% competição;

Treinar para treinar	11 - 16	Desenvolvimento geral das capacidades físicas – foco no condicionamento aeróbico e habilidades motoras fundamentais.	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento mais aprofundado da velocidade, habilidade específicas da modalidade, capacidade aeróbica e conhecimento; - Aprender a deslocar o peso corporal corretamente; - Proporção de treino: 60% treinamento / 40% competição;
Treinar para competir	15 - 18	Otimizar preparação física, habilidades específicas do basquetebol e performance.	<ul style="list-style-type: none"> - Metade do tempo disponível deve ser voltado para desenvolver habilidades técnicas e táticas, condicionamento físico e treino específico para competição; - Aprender a colocar em prática essas habilidade dentro de resoluções de problemas em jogo; - Condicionamento físico e recuperação, preparação psicológica e técnica são agora ajustados individualmente para serem unidos;
Treinar para vencer	17 +	Maximizar preparação física, habilidades específicas do basquetebol e performance.	<ul style="list-style-type: none"> - Treinar para atingir o pico de performance nas competições; - Treinamento caracterizado por elevada intensidade e volume; - Proporção de treino: 25% treinamento / 75% competição (incluindo jogos e atividades de treinamento específicas para competição).

Ativo para a vida	Qualquer idade	Reter atletas em outras funções dentro do esporte como treinamento e gestão. Promover prazer e saúde com a prática.	
-------------------	----------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

ANÁLISE DE DADOS: RESULTADOS E DISCUSSÃO

A presente seção irá explicitar como os fatores observados nos campos tem influência nessa pesquisa, além dos conceitos e concepções dos sujeitos envolvidos. Dessa forma, fazendo uma análise de quais os métodos utilizados por cada professor em diferentes pontos do ensino do basquetebol, a fim de se chegar aos objetivos traçados por eles próprios e pelo programa metodológico da instituição, e por fim comparando os dados coletados com as informações constantes na literatura atual acerca do tema.

Para planejar o melhor ensino é necessário observar os pontos a melhorar na metodologia atual e fazê-lo com base na comparação entre a literatura atual e a prática cotidiana dos locais onde se aplicam o ensino do basquetebol. O programa metodológico da BC é detalhado, possui orientações para os profissionais que trabalham na escola, com opções de intervenção para todas as fases de ensino-aprendizagem oferecidas pela empresa. Porém, como consta no documento do programa, é importante salientar que a realidade do basquetebol de base infelizmente não permite que as orientações planejadas no documento sejam seguidas à risca, devido à desigualdade estrutural que o Brasil proporciona, como falta de políticas públicas para que todas as pessoas tenham oportunidades de iniciar a formação cedo, dificuldade com transporte público, entre outras. Em função disto, adequar o programa à realidade de trabalho é fundamental para o sucesso do mesmo.

Foram entrevistados 6 (seis) professores, sendo identificados conforme a seguir:

P1 = Professor 1

P2 = Professor 2

P3 = Professor 3

P4 = Professor 4

P5 = Professor 5

P6 = Professor 6

Dificuldades encontradas

Buscando democratizar o basquetebol oferecendo a prática para o maior número de pessoas possível, a maior e mais comum dificuldade apontada pelos professores da escola em relação à metodologia é a entrada de alunos no meio do processo de ensino. Isso acarreta em uma dificuldade de aprendizagem destes alunos iniciantes por estarem ausentes durante a fase inicial do aprendizado, a qual os capacitaria para acompanhar o atual nível em que os outros alunos daquela turma estão. Este quadro leva o professor, muitas vezes, a atrasar o processo de aprendizagem dos demais alunos em detrimento do aluno iniciante. Ambas as situações acabam por desmotivar os alunos por se sentirem inaptos a aprenderem como deveriam ou por sentir que deveriam estar desenvolvendo mais rápido e superando desafios mais difíceis, desafios estes que tendem a se tornar monótonos quando o aluno já tem domínio daquele conteúdo. Foi observado que a melhor tentativa de solução para lidar com a iniciação tardia de vários atletas é a divisão de uma mesma turma, onde são separados os mais avançados de um lado da quadra treinando em uma das tabelas de basquetebol, enquanto os mais iniciantes ficam na outra metade da quadra com a outra tabela, cada grupo com um professor. Desta forma, ao invés de a aula ser ministrada por dois professores (geralmente um deles estagiário), cada professor dá uma aula com grupos diferentes de alunos, sendo cada aula direcionada ao nível de aprendizado de cada aluno. Esta prática, no entanto, sacrifica parte da qualidade da aula que em situações ideais seria ministrada por dois professores, tendo assim mais qualidade.

Dentro do cenário do basquete democrático, em que busca-se oportunizar a prática para a maior quantidade de pessoas possível independentemente das condições de cada praticante, a motivação dos praticantes se torna um fator essencial para a progressão do desenvolvimento a longo prazo, e diante disso o professor P1 afirma sempre se questionar: “como ajudar meus alunos a manterem a progressão atlética sem desmotivar?”, “como fazer os alunos terem prazer com a prática e conteúdo propostos?”, e juntamente a isso aponta o desafio de ajudar os alunos a compreenderem a importância

do desenvolvimento humano (princípios, valores, bons hábitos) no processo, pois esses geralmente estão focados somente em ganhar jogos.

A BC busca atender todos os interessados no basquetebol oferecendo turmas de fundamento (foco na participação) e turmas de treinamento (alto rendimento), porém quando os dois interesses se conflitam, o observado na prática foi a priorização do prazer na prática, fomentando a participação, ação esta que está alinhada ao conceito “ativo para a vida” do modelo LTAD. Desta forma a maioria dos atletas continuam motivados e continuam praticando, apesar da ocasional fuga do foco de quem busca o alto rendimento.

O quadro do LTAD esforça-se por produzir atletas de elite e consistentes. No entanto, também procura proporcionar oportunidades para que todas as crianças cresçam e se tornem adultos confiáveis, saudáveis e ativos, o que está em alinhamento com os princípios defendidos pela BC.

Confirmando as diretrizes da LTAD, Oliveira (2007) conclui que nos estágios iniciais da formação os métodos analíticos sofrem críticas da parte dos maiores conhecedores do basquetebol, sugerindo que os métodos de jogos (global) sejam mais apropriados, principalmente para manter um maior nível de motivação dos participantes. Este estudo ainda aponta que em relação ao ensino-treinamento dos sistemas defensivos, pode-se confirmar que a defesa individual é a mais indicada na etapa de iniciação e, na etapa de especialização, todas as defesas equiparam-se. Com relação ao ensino-treinamento dos sistemas ofensivos, pode-se dizer que, na etapa de iniciação, deve-se evitar jogadas complexas privilegiando o ensino baseando-se nos exercícios em situações de jogo. Contudo, na etapa de especialização, há de se firmar as qualidades de conjunto com a utilização de estratégias mais complexas. Estes são fatores que influenciam diretamente na motivação dos alunos. As práticas observadas nas aulas e treinos ministrados na BC estão em alinhamento com essas orientações de Oliveira (2007).

Durante a observação foram notados dois fatores não previstos no programa metodológico da escola, o primeiro trata-se da participação dos professores jogando contra os alunos com a crença de que os alunos devem aprender mais se enfrentarem atletas que sejam mais desenvolvidos no jogo e treino. Há escassez de estudos que tratem deste tema. Os professores não são contra essa prática, porém na observação de

campo foi possível observar que ela ocorre quase sempre em turmas onde a prioridade é lazer e qualidade de vida, o que sugere que a participação dos professores está mais associada à melhora do atleta que não tem compromisso com o alto rendimento.

O segundo fator observado trata-se do ensino de regras recém-atualizadas ou pouco conhecidas que podem ser utilizadas como recurso pelos atletas, porém alguns professores preferem deixar de ensinar certos detalhes de regras para evitar lances menos éticos ou arriscados, como por exemplo, jogar a bola na tabela e pegá-la no ar para converter uma cesta, ou até mesmo o passo “zero” instituído na FIBA, atualização que oportuniza ao praticante poder dar um passo a mais quando se para de driblar a bola estando com o corpo em deslocamento ininterrupto antes de realizar um arremesso ou passe, o qual certos professores preferem que seus alunos não adquiram o costume de fazer. Os professores da escola afirmam que certos movimentos e regras são muito complexos para serem ensinados nos níveis menos avançados, preferindo a forma analítica de se ensinar as partes menos complexas primeiro antes de partir para os componentes mais complexos do jogo. Sendo assim a prática na BC está alinhada ao LTAD no que diz respeito a ensinar o jogo partindo das componentes menos complexas para depois ir aumentando o nível de complexidade ajustando ao nível de aprendizagem dos alunos.

Em convergência com o LTAD foi observado que a BC busca estimar a idade biológica para decidir em qual turma cada aluno deve participar, e não a idade cronológica, respeitando a idade do desenvolvimento do aluno e evitando assim a especialização precoce.

Analisando o programa metodológico da BC em comparação ao modelo LTAD fica evidente que a escola não oferece turmas que proporcionem formação para as pessoas que se encontram em duas importantes fases da formação, sendo elas: Começo ativo (homens e mulheres 0 – 6 anos) e Treinar para vencer (homens 19 ou mais anos, 18 ou mais anos). Desta forma torna-se mais difícil promover formação a longo prazo, pois este processo fica impossibilitado de começar antes dos 7 anos de idade e deve sofrer uma quebra quando o atleta completa 18 anos de idade com intensão de continuar desenvolvendo com foco no alto rendimento adulto (treinar para vencer), pois esses públicos especificamente não encontram na BC ofertas de turmas voltadas para essas fases da formação.

Ao final do semestre de trabalho os professores da escola se reuniram com o intuito de refletir e compartilhar as experiências e *feedbacks* após um ano de aplicação do programa metodológico. Nesta reflexão o corpo docente chegou à conclusão de que é preciso melhorar o alinhamento entre as adaptações realizadas por cada professor na tentativa de colocar em prática a metodologia descrita no programa metodológico da escola, de forma que os alunos não tenham dificuldade de se adaptar quando mudam de turma e professor, assim como dessa forma os professores não teriam dificuldade de continuar a formação daquele novo atleta que está familiarizado com o trabalho de outro professor.

Para solucionar esta questão, o modelo LTAD trás algumas recomendações:

- Continue o movimento em direção a um conjunto de regras;
- Realização de reuniões periódicas para troca de experiências e *feedbacks*, observando as modificações necessárias na metodologia para cada estágio do desenvolvimento.

Neste sentido o LTAD indica que a BC está na direção certa para solucionar os desafios de alinhamento entre professores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados do estudo, podem-se tecer algumas considerações: o ensino do basquetebol deve ser concebido num processo longo, no qual seus conteúdos e métodos variem no transcorrer do processo de ensino da técnica e da tática dos atletas, e haja um modelo de iniciação para o basquetebol brasileiro que ainda precisa de muitos estudos, principalmente longitudinais.

O elo entre todos os estágios de desenvolvimento é o treinador. Mais especificamente, é a atenção do treinador para a taxa a que os atletas crescem e se desenvolvem e a sua capacidade de fazer ajustes no programa de treino geral que contribui para a sua eficácia e para o seu sucesso.

No que diz respeito ao complexo sistema formado por todos os pesquisadores, profissionais e amadores do basquetebol, o modelo LTAD traz recomendações para que as metodologias de ensino do basquete continuem melhorando e fomentando a prática:

- Realizar ações que unam a comunidade do basquete;

- Trabalhar para desenvolver relações de trabalho positivas com todos os agentes envolvidos no basquete;
- Continuar a educar as bases sobre a importância do desenvolvimento de atletas a longo prazo;
- Divulgação das ações envolvendo basquetebol;
- Desenvolver recursos para melhorar o compartilhamento de informações e experiências;
- Envolver todos os parceiros no processo;
- Envolver todos os níveis de governo para auxiliar no alinhamento do sistema.

REFERÊNCIAS

BAHARLOO, Siamak, et al. **Familial aggregation of absolute pitch**. The American Journal of Human Genetics, 2000.

BAKER, Joseph; CÔTÉ, Jean; ABERNETHY, Bruce. **Learning from the experts: Practice activities of expert decision makers in sport**. Research quarterly for exercise and sport, 2003.

BAKER, Joseph; CÔTÉ, Jean; DEAKIN, Janice. **Expertise in ultra-endurance triathletes early sport involvement, training structure, and the theory of deliberate practice**. Journal of applied sport psychology, 2005.

BALBINO, Hermes Ferreira, et al. **Jogos desportivos coletivos e os estímulos das inteligências múltiplas: bases para uma proposta em pedagogia do esporte**, 2001.

BALYI, Dr. Istvan and Hamilton, Ann. **“Long-Term Athlete Development: Trainability in Childhood and Adolescence Windows of Opportunity, Optimal Trainability”**, 2003.

BALYI, Dr. Istvan and Hamilton, Ann. **Long-term athlete development trainability in childhood and adolescence**. American swimming, 2010.

BARREIROS, André; CÔTÉ, Jean; FONSECA, António Manuel. **Training and psychosocial patterns during the early development of Portuguese national team athletes**. High Ability Studies, 2013.

BERRY, Jason; ABERNETHY, Bruce; CÔTÉ, Jean. **The contribution of structured activity and deliberate play to the development of expert perceptual and decision-making skill**. Journal of sport and exercise psychology, 2008.

BRUNER, Mark W., et al. **An appraisal of athlete development models through citation network analysis**. Psychology of Sport and Exercise, 2010.

Canadian Basketball Athlete Development Model. Canada, 2008. Disponível em: <http://www.basketball.ca/files/2015-01/cb_adm_ltad.pdf> Acesso em: 27 abr. 2018.

Canadian Sports for Life. Canadá, 2008. Disponível em: <<http://www.basketball.ca/en/page/cs4l>> Acesso em: 27 abr. 2018.

Canadian Sport for Life – **Long-Term Athlete Development Resource Paper 2.0**. Disponível em: <http://www.basketball.ca/files/2015-01/cs4l_2_0_en.pdf> Acesso em: 27 abr. 2018.

CHIZZOTTI, Antônio; CHIZZOTTI, A. **Coleta de dados qualitativos**. Chizzotti A. Pesquisa em Ciências Sociais. 2ª ed. São Paulo (SP): Cortez, 1995.

CORRÊA, U.C.; SILVA, A.S.; PAROLI, R. **Efeitos de diferentes métodos de ensino na aprendizagem do futebol de salão**. Motriz, v.10, n.2, p.79-88, 2004.

CÔTÉ, Jean; BAKER, Joseph; ABERNETHY, Bruce. **From play to practice. Expert performance in sports**: Advances in research on sport expertis. United State: Human Kinetics, 2003.

CÔTÉ, Jean; FRASER-THOMAS, J. **Youth involvement in sport. Sport psychology**: A Canadian perspective, 2007.

DAVIDS, Keith; BAKER, Joseph. **Genes, environment and sport performance**. Sports medicine, 2007.

ERICSSON, K. Anders; KRAMPE, Ralf T.; TESCH-RÖMER, Clemens. **The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance**. Psychological review, 1993.

FORD, Paul R., et al. **The role of deliberate practice and play in career progression in sport**: the early engagement hypothesis. High ability studies, 2009.

GREGERSEN, Peter K., et al. **Absolute pitch**: prevalence, ethnic variation, and estimation of the genetic component. American journal of human genetics, 1999.

HELSEN, Werner F.; STARKES, Janet L.; HODGES, Nicola J. **Team sports and the theory of deliberate practice**. Journal of Sport and Exercise psychology, 1998.

F. HELSEN, W., et al. **The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise**. Journal of sports sciences, 2000.

HODGE, Thana; DEAKIN, Janice M. **Deliberate practice and expertise in the martial arts**: The role of context in motor recall. Journal of Sport & Exercise Psychology, 1998.

KONZAG, I.. **Para a doutrina da tecnologia em jogos esportivos**. Educação Cooperativa, 1985.

LAW, Madelyn P.; CÔTÉ, Jean; ERICSSON, K. Anders. **Characteristics of expert development in rhythmic gymnastics**: A retrospective study. International journal of sport and exercise psychology, 2007.

LOVATTO, Diego Leandro, et al. **Pedagogia do esporte e jogos esportivos coletivos**: das teorias gerais para a iniciação esportiva em basquetebol. Revista Movimento & Percepção, 2007.

MCCORMICK, Brian. **Cross Over**: the new model of youth basketball development. Lulu.com, 2006.

MEMMERT, Daniel; BAKER, Joseph; BERTSCH, Claudia. **Play and practice in the development of sport-specific creativity in team ball sports**. High ability studies, 2010.

MEMMERT, D. **Diagnóstico de Componentes de Desempenho Tático**: Situações de Teste de Jogo e Classificações de Especialista Orientadas a Conceitos. Tese (Doutorado) - Universidade de Heidelberg, Heidelberg, 2002.

OLIVEIRA, I. S.; NOGUEIRA, D. M.; GONZÁLES, R. H. **Abordagens metodológicas parcial, global e os jogos condicionados como alternativa de treinamento para o futsal na seleção universitária masculina da universidade federal do Ceará**. In: III Congresso Nordeste de Ciências do Esporte. 2010.

OLIVEIRA, Valdomiro de. **O processo ensino-treinamento da técnica e da tática no basquetebol do Brasil**: um estudo sob a ótica de professores do ensino superior e técnicos de elite. 2007. 357 f. Dissertação (Doutorado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

PHILLIPS, Elissa, et al. **The development of fast bowling experts in Australian cricket. Talent**. Development and Excellence, 2010.

Programa Metodológico da Escola de Basquetebol Bola na Cesta. Brasília, 2017.*

STARKES, Janet L.; ERICSSON, Karl Anders. **Expert performance in sports**: Advances in research on sport expertise. Human Kinetics, 2003.

STEFANELLO, J.M.F. **A participação da criança no desporto competitivo**: uma tentativa de operacionalização e verificação empírica da proposta teórica de Urie Brofenbrenner. 1999. 232 f. (Tese de Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade de Coimbra. Coimbra, 1999.

WARD, Paul, et al. **The road to excellence**: Deliberate practice and the development of expertise. High ability studies, 2007, 18.2: 119-153.

WILLIAMS, A. Mark; FORD, Paul R. **Expertise and expert performance in sport**. International Review of Sport and Exercise Psychology, 2008.

*O Programa Metodológico da Escola de Basquetebol Bola na Cesta contém nome fictício e está indisponível para o público com o intuito de manter o anonimato da instituição.